

การสร้าง Growth Mindset พัฒนาตัวเองอย่างยั่งยืน

จัดอบรม วันที่ 25 พฤศจิกายน 2568 โรงแรมกราฟ รัชดา



ธรรมชาติการทำงานของคนในองค์กร พบว่าในช่วงแรกจะมีความตื่นตัว ตั้งใจเรียนรู้งาน มีความอดทนต่อบรรยากาศในการทำงานได้เป็นอย่างดี แต่หลังจากเวลาผ่านไป 2 - 3 ปี กลับพบว่าพลังในการทำงานของพนักงานมักลดลง อันเนื่องมาจากปัจจัยสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ในงานที่มีผลต่อทัศนคติ กรอบความคิดและแรงจูงใจในการทำงาน จึงทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานถดถอย ดังนั้น การพัฒนาแรงจูงใจในตนเองด้วย Growth Mindset จึงเป็นแนวทางให้พนักงานค้นพบตนเอง รู้จักการตั้งเป้าหมายชีวิตในการทำงาน รู้จักใช้ศักยภาพหรือความสามารถแฝงอยู่ภายในตนเองออกมา เพื่อใช้ในการปฏิบัติงานอย่างเต็มที่

### วัตถุประสงค์

- ☒ เพื่อให้ผู้เรียนได้เข้าใจที่มาของกรอบความคิดของตนเอง และสามารถบอกได้ว่าตัวเองเป็น [Fixed Mindset](#) หรือ [Growth Mindset](#) กับเหตุการณ์ต่างๆ
- ☒ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถพัฒนา [Growth Mindset](#) ของตัวเองได้ด้วยตัวเอง สร้างการเปลี่ยนแปลงได้ทันที
- ☒ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถประยุกต์ใช้ [Growth Mindset](#) กับเหตุการณ์ต่างๆ ของตัวเอง สร้างผลลัพธ์และความสุขได้ด้วยตัวเอง
- ☒ เพื่อให้ผู้เรียนมีแนวทางในการรักษา [Growth Mindset](#) ของตัวเองให้ยั่งยืนใน Style ที่เป็นของตัวเอง

### หัวข้ออบรม

#### **1. Growth Mindset & Fixed Mindset**

- 1.1 Fixed Mindset: ความคิดแบบปิดกั้น
- 1.2 Growth Mindset: ความคิดแบบเติบโตเปิดกว้าง

#### **2. ความสำคัญและวิธีการในการสร้าง Growth Mindset**

### 3. เทคนิคการสร้างกรอบความคิดชุดใหม่เพื่อเปิดการมองเห็นศักยภาพของตนเอง Workshop: เรียนรู้และเข้าใจMindset ของตนเอง

### 4. Growth Mindsetกับการสร้างแรงจูงใจเพื่อปลุกไฟในการทำงาน

### 5. เทคนิคการสร้างแรงจูงใจให้ตนเองสู่ความสำเร็จในการทำงาน

#### 5.1 5S.องค์ประกอบในการสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง

##### 5.1.1 Self Disciplineการมีวินัยในตัวเอง

- การรู้หน้าที่ของตน
- การมาปฏิบัติงานโดยตรงต่อเวลา
- การส่งมอบงานตรงกำหนดเวลาให้ผู้เกี่ยวข้องหรือผู้บังคับบัญชา
- การไม่ปฏิบัตินอกเหนือคำสั่ง
- การยับยั้งชั่งใจ ไม่ให้ความอยากได้ใคร่มีต่อผลประโยชน์

##### 5.1.2 Self Leadershipภาวะผู้นำในตนเอง

- Proactive Working (การทำงานเชิงรุก)
- Work Process Improvement (การปรับปรุงกระบวนการงาน)
- Prioritizing Job (การจัดลำดับงาน)

##### 5.1.3 Self Efficacyการรับรู้ความสามารถในตนเอง

- ประสบการณ์แห่งความสำเร็จในอดีต
- แบบอย่างแห่งความสำเร็จ
- คำพูดให้กำลังใจ
- สภาพความพร้อมแห่งตน

##### 5.1.4 Self Awarenessการตระหนักรู้ในตนเอง

- รู้ว่าอะไรคือจุดดี-จุดด้อยของตนเอง (Meตัวฉัน/มีข้อดี-มีข้อเสีย)
- ความรู้สึกที่ตนมีต่อตนเอง-ผู้อื่นและสถานการณ์
- พฤติกรรมที่แสดงออกของตนต่อผู้อื่นและสถานการณ์ในการทำงาน
- ผลกระทบต่างๆ ที่เกิดจากการกระทำของตนต่อผู้อื่นและสถานการณ์

##### 5.1.5 Self Developmentการพัฒนาตนเอง

### 6. S-T-A-R-T Model :กระบวนการในการสร้างSelf Motivation (workshop)

**S**urvey your need :สำรวจความต้องการของตนเอง

**T**arget setting :กำหนดเป้าหมาย

**A**ction plan :มีแผนปฏิบัติการ

**R**einforcement yourself :เสริมแรงตนเอง

**T**ake it now :ลงมือทำทันที

คุณสมบัติของผู้เข้าอบรม

ผู้บริหาร หัวหน้างาน พนักงาน หรือผู้ที่สนใจทั่วไป

### ➤ อัตราค่าสัมมนา

(รวมค่าเอกสาร ค่าวิทยากร วัสดุบัตร รวมอาหารกลางวัน)

| ค่าอบรม           | ราคาก่อน VAT | VAT 7% | ภาษีหัก ณ ที่จ่าย 3 % | ราคาสุทธิ |
|-------------------|--------------|--------|-----------------------|-----------|
| ค่าสัมมนา /1 ท่าน | 4,000        | 280    | 120                   | 4,160     |

วิธีการชำระเงิน:

1. โอนผ่านบัญชีธนาคาร ดังนี้

1.1 ธนาคารกสิกรไทย บัญชีออมทรัพย์ สาขาโลตัสรามอินทรา 109 เลขที่ 148-3-63836-8

ชื่อบัญชี บริษัท โปรเฟสชันแนล เทรนนิ่ง โซลูชัน จำกัด

และפקชใบ Pay-in และหนังสือรับรองหัก ณ ที่จ่าย (ถ้ามี) info.ptstraining@gmail.com

พร้อมระบุชื่อบริษัทของท่าน และชื่อหลักสูตร

1. นำรายได้เข้าบริษัท ส่งจ่าย บริษัท โปรเฟสชันแนล เทรนนิ่ง โซลูชัน จำกัด(Professional Training Solution Co.,Ltd.)

รายละเอียดเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ: คุณอรรณฎา 086-8929330

Professional Training Solution

Tel 02-1753330,086-6183752

[www.ptstraining.co.th](http://www.ptstraining.co.th)

อีเมล [info.ptstraining@gmail.com](mailto:info.ptstraining@gmail.com)